

書道研究 石 墨 盒

いし ずみ あん

美しい字を書きたいと思っている人
上達の「コツ」を教えます
初心者から上級者まで大歓迎

日時：月曜日午前中（月2回）
場所：沼田市保健福祉センター（予定）
問い合わせ先 小池 龍實 ☎ 23-4105

絵手紙で繋がろう

ヘタでいいヘタがいい

絵手紙は「絵」と「言葉」と「文字」の三位一体の手づくりの手紙です。人の心と心を繋ぐことにより言葉の一言が人を勇気づけたり、背中を押したり、多くの人と出会うことは宝物です。

絵手紙クラブ(夢の会)
日本絵手紙協会 050-5893-5091
公認講師 福垣エミ子 TEL 0278-23-0343

天空の城下町 沼田城を造る会

築城に向けていよいよ出陣

郷土のシンボル、名城と称された五層天守閣の沼田城の築城に向けた活動をしています。

【お問い合わせ】
天空の城下町 沼田城を造る会
事務局(FMOZE内) TEL 22-1600

「筋トレさくら教室」のご案内

令和5年10月発足の新しい団体
筋トレ仲間募集しています！

人の筋肉は使わないと衰えるばかりです。月2回のトレーニングで筋力を高めましょう！

○日時 毎月第一第三月曜日
10:00~11:30
○場所 介護老人保健施設とねくさくらホール
○指導 うすねニューススポーツクラブより指導員を派遣

問い合わせ先：倉澤 和雄
TEL 0278-23-0719
携帯 090-4739-2690

ポールウォーキングサークル 沼田ハッピーポール

新規メンバー随時募集中

脳トレや健康情報のお話
休憩を挟み皆で楽しくお喋り♪

【人とのつながり】は、
何よりも健康効果が高い！

活動日と場所・毎週水曜 テラス沼田
冬季・夏季で開始時間が変わります。

お問い合わせください
* 初回見学無料 *

【運営・お問い合わせ】群馬ヤカルト販売株式会社
☎7リ-コール 0800-700-8960

アコーディオン愛好会

★月2回、各回2時間程度
川田地区コミュニティセンターで練習しています。

【会員募集中】
初めての人も大歓迎です♪
貸アコーディオン用意しています！

連絡先：22-2231(くわばら) 64-1047(おの)

★情報紙「ホットニュースぬまたん家」配布場所のお知らせ★

市内回覧・ホームページ掲載・市民活動センター（コミュニティテラス）掲示・配布のほか、下記「市内配布場所」にて配架しています。皆様の活動の一助となるよう、より魅力ある情報紙としてまいりますので、引き続きご活用ください。

市内配布場所	○ 沼田市市民活動センター	○ 各地区コミュニティセンター	○ 白沢健康福祉センター
	○ 利根保健福祉センター	○ ふれあい福祉センター	○ 沼田市立図書館
	○ 望郷の湯	○ しゃくなげの湯	○ ごったく広場
	○ 利根沼田文化会館	○ 利根沼田振興局	
	○ 沼田市社会福祉協議会（沼田市保健福祉センター内）・白沢支所・利根支所		

ホットニュース掲載情報

沼田市市民活動拠点 コミュニティテラス

【開館時間】9:00~21:00
【休館日】年末年始（その他臨時休館あり）
【電話】0278-25-3038
＜会議室・音楽スタジオ＞
日曜日・祝日は使用日の5日前までの申請が必要です

＜発行＞ 沼田市市民活動センター ホットステーション「ぬまたん家」

・所在 〒378-8501 沼田市下之町888番地<テラス沼田6階>
・開所時間 月曜日～土曜日 9:00～19:00
・休所日 日曜日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）
・TEL 0278-22-8444
・FAX 0278-25-3028
・E-mail numatanchi@ia5.itkeeper.ne.jp

『みんなのパネル展』を開催しました

令和6年2月1日（木）～2月13日（火）テラス沼田4階「市民ロビーぱるく」において、市民活動登録団体のうち、展示希望33団体の「活動紹介パネル」を展示しました。期間中はパネルとともに作製した団体紹介カードを多くの方にお持ち帰りいただき、それぞれの団体の活動に興味を持っていただく機会となり、活動理解につながったと感じることができました。

今後も様々な分野で活動している団体を知っていただくため、そして、観覧された方々への参加活動につながるよう継続して開催していきます。まだパネルをお持ちでない登録団体のみなさん、自分たちのパネルを作製し活動を魅力的にアピールしましょう。





【展示団体】

団体名	団体名	団体名
沼田ウクレレ会	沼田城を造る会	沼田市フォークダンス協会
沼田市音楽協会	心影流猿ヶ京吟詠会	うすねニューススポーツクラブ派遣指導員バンク
秋桜	野ばら会	NPO法人 利根沼田地域ボランティアセンター
利根沼田太極拳協会	大洞流沼田吟詠会	ナルク利根沼田
川田ひだまりの会	上州祝い隊	エーデルワイス合唱団
NPO法人 結いの家	NPO法人 手をつなごう	沼田市生活学校連絡会
ひまわりの会「友情列車」を走らせる利根沼田実行委員会	沼田市邦楽協会「日本舞踊アカデミー」	沼田フェンシング協会
利根沼田自然を愛する会	沼田市手話サークル「みずばしよの会」	華翔連
日中友好協会 太極拳教室	シアター・ボランの広場	NPO法人 沼田未来の会
ルアナ	群馬県環境アドバイザー利根沼田連絡協議会	川田囲碁クラブ
公益社団法人 スクール家庭教育振興協会沼田教室	上原町寿楽会	絵手紙クラブ(夢の会)

ぬまたん家登録団体紹介↑

☑【助成金情報のご案内】

『ホットステーションぬまたん家』では助成活動や助成金を交付する団体の情報を掲載しています。詳しくはホームページをご覧ください。

ぬまたん家 助成金情報

【沼田市公式LINEのご案内】

沼田市公式LINEメニュー「回覧板」のアイコンをタップするだけで、ホームページに掲載されている回覧文書へ簡単にアクセスできます。

沼田市公式LINE登録はこちら↑

～活動を見て欲しい・知らせたい～

【見学参加者募集しているみなさん】

活動紹介や会員募集のために見学会開催をお考えの登録団体のみなさん！情報をご提供いただければ「ぬまたん家」で紹介します。お気軽にお声かけください。

ぬまたん家登録情報

登録団体数 **167 団体**
令和6年3月31日現在

◆沼田市市民活動センター ホットステーション『ぬまたん家』◆

市民のみなさんが行うボランティア活動や地域活動など様々な市民活動のお手伝いと、団体間の交流や情報発信を行うための施設です。お気軽にご利用ください！！

中面・裏面を
ご覧ください



沼田書道協会

8月に市民書道展を開催
 出品者を募集します
 今から準備しましょう!



会員募集中
 書道を愛する方
 初心者から上級者まで大歓迎

沼田書道協会は、利根沼田在住在勤の書道愛好家で組織され、書道の普及と郷土の文化振興を目的としております。

問い合わせ先 小池 龍實 ☎ 23-4105

「ぞうれっしゃがやってきた」



合唱と語りと劇を加え、大人も子供も一緒に楽しめる『ぞうれっしゃがやってきた』に取り組んでいます。歌が好きな人、お芝居をやりたい人、親子で、兄弟で、夫婦で、お友達と、おじいちゃん・おばあちゃんもお孫さんとぜひご参加ください。

＜練習日程＞
 日程：4/21(日)・5/ 5(日)・5/19(日)
 6/ 2(日)・6/16(日)・7/ 7(日)

時間：午前10:00～12:00
 会場：テラス沼田 6階音楽スタジオまたは
 旧日本基督教団沼田教会記念会堂

♪出演予定
 街かどコンサート(4月末)
 歌の森コンサート(7月14日)
 お問い合わせ 090-2465-8271 亀山晶子

【思春期学習会】

思春期のお子さんへの対応は難しいですね。

- ・最近、言うことをきかなくなった。
- ・話をしてくれなくなった。
- ・反抗して、生意気なことを言うようになった。
- ・勉強しない。
- ・学校に行き渋るようになった。

ほんの少し言葉かけを工夫し、お母さんの視点を変え、親子関係が変わってきます。私たちも経験してきました。悩み解決のヒントに出会うかもしれません。ご参加お待ちしております。

日にち 4月23日 火曜日
 時間 13時30分から15時00分
 会場 テラス沼田6階
 コミュニティテラス会議室 603
 対象 小学校4年生以上のお子さんの
 お母さん向けの学習会です
 お問い合わせ先 河合 090-4722-0562
 公益社団法人 スコア家庭教育振興協会



フェンシング教室生徒募集

沼田フェンシング協会

4月新入生募集
 4/10(水)～入会随時

- 小学校1年生以上の男女
- 用具は貸し出します
- 優しく個人に合わせて指導します
- 楽しく練習し、試合で進歩を確認
- 全国大会入賞者多数!

○練習会場：ZACROS アリーナめまた (沼田市民体育館)
 ○練習日：水曜日 19:00～21:00
 土曜日 17:00～21:00
 ○会費：年額8,000円
 ○問い合わせ先 森 隆 Tel 090-5542-3623
 Mail fencing@numatafc.com

「ツキノワグマ」に注意!



冬ごもりから目覚めたクマは、好物の木の芽や山菜を求めて探し回ります。
 雌グマは、冬の間に出産した「子グマ」を連れている可能性があり、子グマを守るために、特に攻撃的になるので要注意です。
 子グマを見たら立ち去りましょう。また、クマは明け方と夕方に活動が活発となります。十分注意しましょう。
 群馬県環境アドバイザー利根沼田連絡協議会

沼田ユネスコ少年少女合唱団

歌が好きな小学生、一緒に歌いましょう!

主な参加活動
 ○街角コンサート
 歌の森コンサート
 沼田市民音楽祭
 郷土芸能祭等
 ○クリスマス会(12月) 団員15名(2月現在)
 ○夏休み「たぐみの里体験活動または合宿」(7月)

★対象年齢 小学1年生～小学6年生
 ★練習場所 旧日本基督教団
 沼田教会記念会堂(上之町)
 ★練習時間 毎週土曜日 10:00～12:00
 ◎入団・見学 問い合わせ先 (いつでもどうぞ)
 090-4129-7061[大島俊夫]
 080-6565-1970[石原博子]

おもしろ学習塾

主催：上原おもしろ学習塾
 後援：沼田市, 上原町



☆どなたでも! 参加費 100円 上原町区民館

5月21日(火) 13:30～16:30

- 収納・整理のこつ
- 東部41部隊の全貌

6月18日(火) 13:30～16:30

- 報道の醍醐味
- 杉木茂左衛門の生涯

*詳しくは 22-3576 (伊藤) まで

沼田切り絵愛好会 作品展

狩野照子・佐々木幸子 と仲間たち

白と黒が織り成す切り絵の世界を是非ご覧ください!

場所 利根沼田文化会館 4F 展示ホール
 日時 5月17日(金)～19日(日)
 10時～16時30分
 *17日は13時から
 *19日は15時まで

主催：沼田切り絵愛好会
 入場無料・無料体験コーナー有り

しあわせユニット 初越風の掲示板

特技・好きなことを繋いで社会貢献をしたいと、里山保存、花壇作り、短歌俳句創作鑑賞、演奏、旅案内、出版等、試行錯誤の活動をしているボランティア団体です。



「おしゃべり短歌教室」
 開催日：偶数月第二木曜日
 場所：ソナタリユ (内田病院横)
 様々な芸術活動、園芸、農業、工芸技能知識を提供して下さる方、楽しみたい方、まずはお電話お待ちしております。
 代表 田村奈織美 070-1466-1952

日本舞踊アカデミー

(旧伝統文化日本舞踊こども教室)

新規募集

楽しく美しい踊りを中心に、伝統的な所作や着付け、礼儀作法を指導します。

▽対象 幼稚園～大人
 ▽新規開講 6月初旬予定
 ▽お申し込み 5月10日締切
 お問い合わせは 松浦あきの
 tomino.bando@gmail.com
 090-9000-7857
 文化庁公認事業 代表・岡嶋稔子

秋桜



【発足35年】沼田市音楽協会
 所属のJポップバンドです♪
 柳波まつり出演予定♪

キーボード
 経験者
 募集中!
 問い合わせ先 伊藤 重雄 ☎24-4933

魅力あふれるブナの森 森の博物館「玉原」で行う 夏休み子ども自然観察教室

親子で森の博物館「玉原」(玉原高原)を楽しみ歩いて、森の恵みを体で感じよう! 五感を使って探求しながら森の植物や虫たちと触れ合おう。どんな出会いが待っているか楽しみです。

【開催日時】7月21日(日) 9:00～15:00
 【開催場所】玉原高原
 【集合場所】玉原高原中心広場 あずまの受付 8:30 から
 【募集人数】40名程度
 【募集期間】7月19日(金)まで
 【参加費】大人:300円 子ども:100円 (保険費用、資料代含む)
 【持ち物】長袖・長ズボン、雨具、水筒、弁当
 【申込方法】電話・FAX・メール
 【連絡先】電話:090-2173-7168 (濱田)
 FAX:0278-24-9768
 E-mail: hamada817pororin@kzh.biglobe.ne.jp
 利根沼田自然を愛する会

沼田ウクレレ会



沼田市民音楽祭
 出演に向け
 新規会員募集中!

練習日・練習会場(予定)
 ・毎月第2第4水曜日
 ・15時30分から17時00分
 ・テラス沼田6階 音楽スタジオ

問い合わせ先 伊藤 重雄 ☎24-4933

沼田市温室効果ガス排出量削減目標

2030年度50%(2013年度比)
 2050年度実質ゼロ

当面の目標 2030年度まであと7年です。
 日々の暮らしの中で、できることから脱炭素化に向けたアクションに取り組みましょう。

環境省「ゼロカーボンアクション30」
 ～ランキング編～
 1位 食事を食べ残さない
 2位 節水
 3位 節電
 4位 ゴミの分別処理
 5位 今持っている服を長く大切に
 群馬県地球温暖化防止活動推進員 利根沼田地域連絡会



NPO法人 結いの家

「結いの家」は家族の力を信じながら家族を支援する団体です。

「制服リユース事業」
 対象範囲を拡大し「利根・ぬまた制服リユースネットワーク」を作りました。販売は アミ美容室(結いの家)まで不要となった制服は、こたく広場・沼田市社会福祉協議会 白沢支所・利根支所・片品村社会福祉協議会 まで

その他事業
 *MOTTAINAI プロジェクト (毎月第2日曜日 テラス沼田1階または4階)
 *無料学習塾 (保健福祉センター内)
 *まちのソーシャルワーカー事業 (0278-22-2035 までお電話を)



おはなしポケット

“こどもたちと絵本”がであう場所
 素敵なおはなしのせかいへお出かけください
 場所：沼田市立図書館 4階 和室
 日時：午前10時30分～11時

- 4/6(土) 「いつだって ともだち」
- 4/20(土) 「はるです はるのおおそうじ」
- 5/18(土) 「みんな ありがとう」
- 6/1(土) 「ヘンテコ はみがきこ」
- 6/15(土) 「どしゃぶり」
- 7/6(土) 「たなばた ようぼう」
- 7/20(土) 「はっきよい 畑場所」

沼田読み聞かせの会

NPO法人沼田未来の会

【ほたる祭り開催】：入場無料
 期間：6月23日～7月7日
 場所：沼田市石墨町575番地 石墨棚田(駐車場有り)
 23日17:30～：オープニングイベント



問い合わせ先:090-5417-0344 桜井

春!「おはよう～太極拳」へのお誘い

沼田公園御殿桜前広場で、毎週火曜日午前10時から太極拳等を楽しんでいます。初心者歓迎! どなたでもお気軽に見学・体験にお出かけください。



友月太極拳クラブ・ルピナス・東風の会の皆さん
 ◇呼吸法・カンフー体操・太極拳(扇、劍)の意識や動作を通じ、護身術としなやかな身体づくりを目指して、市民体育館等でも練習しています。
 問い合わせ先:沼田太極拳愛好会 津久井 090-5498-7139